

Plantas silvestres comestibles utilizadas en poblaciones rurales de la Provincia de La Rioja (Argentina)

Elda Biurrun¹, Leonardo Galetto^{1,3}, Ana M. Anton¹ & Fernando Biurrun²

¹*Instituto Multidisciplinario de Biología Vegetal (UNC-CONICET), Casilla de correo 495, 5000 Córdoba, Argentina y Cátedra de Diversidad Vegetal II (Facultad de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales, UNC).*

²*Universidad Nacional de La Rioja, sede Chamental.*

³*Autor para correspondencia: leo@imbiv.unc.edu.ar*

Resumen

Biurrun, E., L. Galetto, A. M. Anton & F. Biurrun. 2007. Plantas silvestres comestibles utilizadas en poblaciones rurales de la Provincia de La Rioja (Argentina). *Kurtziana* 33 (1). Volumen especial de Etnobotánica: 121-140.

En este trabajo se indaga sobre el conocimiento popular y el uso de plantas silvestres utilizadas en la alimentación humana en cuatro poblados rurales pedemontanos de La Rioja. Se registraron las especies alimenticias de uso actual, las partes de las plantas utilizadas, las formas de preparación de los alimentos, las formas de conservación de los productos y el lugar y época de recolección para cada una. Se entrevistaron ocho informantes clave, los que mencionaron un total de 38 nombres locales de plantas alimenticias silvestres. En la actualidad, el 20% de las especies mencionadas se han dejado de utilizar, el 53% se utiliza ocasionalmente y sólo el 27% se utiliza frecuentemente. Las partes de las plantas más consumidas son los frutos y hojas, siendo menos frecuente el consumo de tallos y flores. Las formas de preparación más utilizadas son la cocción, la infusión y el consumo fresco. El modo de conservación más frecuente es a través del secado de frutos y ramas, siguiéndole en importancia la conservación de productos en botellas. Muchas de las plantas silvestres alimenticias son recolectadas en las cercanías de las viviendas y en el campo, en general durante el verano. Los pobladores no utilizan el total de plantas alimenticias que conocen, lo cual podría llevar a la pérdida gradual del conocimiento local sobre los recursos disponibles.

Palabras claves: Etnobotánica, plantas alimenticias, población rural, conocimientos tradicionales.

Abstract

Biurrun, E., L. Galetto, A. M. Anton & F. Biurrun. 2007. Wild edible plants used by rural populations of La Rioja Province (Argentina). *Kurtziana* Tomo 33 (1). Volumen especial de Etnobotánica: 121-140.

In this paper we analyze the knowledge and use of edible wild plants in four small, rural lowland-populations of La Rioja. Edible species with actual use, portion/organs of the plant used, mode of preparation and conservation, and place and period of plant gathering were registered. Eight informants were interviewed, which mentioned a total of 38 local names of wild edible plants. Actually, 20% of the species mentioned are not used, 53% are used occasionally, and only 27% are frequently used. Fruits and leaves are the most consumed organs of the plants, while less frequently stems and flowers. The most frequent modes of consumption are: cooked, fresh or as infusions. The modes of conservation frequently used are: fruit and stem dehydration, and within bottles. Many of the wild edible plants are collected near the houses and in the mountains, in general during the summer. People do not use all the edible plants that they know. This situation may derive in a gradual erosion of the local knowledge on the available resources.

Key words: Ethnobotany, edible plants, rural population, traditional knowledge.

Introducción

La recolección de plantas silvestres alimenticias es una costumbre ancestral en el hombre, por lo que está muy arraigada culturalmente, ya que todavía contribuye a la subsistencia de muchas comunidades aborígenes de nuestro país (e.g., Meyer, 1938; Schulz, 1963; Martínez-Croveto, 1964; Arenas, 1982, 1999; Maranta, 1987; Delhey, 1991; Plotkin, 1996; INCUPO, 1998; Ladio & Lozada, 2000, 2003, 2004; Ladio, 2001), y también de algunas poblaciones rurales que las aprovechan (e.g., Río & Achaval, 1904; Meyer, 1938; Schulz, 1963; Scarpa & Arenas, 1996; Galafassi, 1997; INCUPO, 1998; Arenas, 1999; Hilgert, 1999). Inclusive, en algunas comunidades suburbanas se ha registrado la recolección de plantas silvestres con fines alimenticios (Delhey, 1991; Rapoport et al., 1997, 1999; Ladio & Rapoport, 1999). Asimismo, la recolección de plantas silvestres puede estar influenciada por aspectos socio-culturales propios de cada comunidad (i.e., contexto histórico, sistema de creencias, entre otros) y también por el contexto ecológico (e.g., Altieri et al., 1999; Ladio & Lozada, 2003, 2004 y bibliografía allí citada). Sin embargo, diversos factores han producido el abandono del uso tradicional de estas plantas (Martínez-Croveto, 1964, 1965; Arenas, 1982, 1999; Maranta, 1987; Scarpa & Arenas, 1996; Galafassi, 1997; Arenas & Scarpa, 1998; INCUPO, 1998; Díaz-Betancourt et al., 1999; Hilgert, 1999; Ladio & Rapoport, 1999; Ladio, 2001). Esta situación general determina la posibilidad de carecer, en el corto plazo, de una parte importante del conocimiento sobre plantas alimenticias propio de comunidades rurales de nuestro país. En particular, es probable que esta información sea aun más relevante para las comunidades humanas que viven en ambientes áridos o semiáridos, ya que el uso de los recursos está condicionado por las limitaciones que imponen esos ambientes.

El objetivo general de este trabajo es indagar sobre el conocimiento popular y el uso efectivo de plantas silvestres utilizadas en la alimentación humana en poblados rurales pedemontanos de la Sierra de Los Llanos, provincia de La Rioja. Los objetivos específicos son: (a) registrar el conocimiento de las plantas alimenticias que poseen los pobladores rurales

de esta región de la provincia de La Rioja, (b) determinar cuáles son las plantas alimenticias de uso actual, (c) conocer sobre las partes de las plantas utilizadas, las formas de preparación de los alimentos, las formas de conservación de los productos y el lugar, la época y el modo de recolección para cada una de las especies.

Materiales y métodos

Obtención de los datos

La información se recopiló durante las visitas realizadas al área de estudio entre los meses de mayo y julio de 2002. La obtención de los datos relacionados con el conocimiento y el uso de plantas silvestres se llevó a cabo trabajando con parámetros de tipo cualitativos, a través de entrevistas no estructuradas efectuadas a 8 informantes clave seleccionados entre los habitantes de la zona, siguiendo la metodología propuesta por Ander Egg (1983). Los entrevistados fueron aquellas personas señaladas por los mismos pobladores de la zona, por tener amplios conocimientos sobre las plantas silvestres y las utilidades de las mismas, tanto pasadas como actuales. Se hizo hincapié en la fuente oral como una forma de rescatar el saber tradicional de los actores sociales directamente involucrados (Galafassi, 1997). Para la entrevista se aplicó una guía de preguntas abiertas, la cual proporciona una apreciable ayuda para tomar datos (Ander Egg, 1983). Por un lado permite al investigador no olvidar los puntos a indagar y a organizar su conversación, y por otro constituye la posibilidad de repetir ante otros informantes el mismo tipo de preguntas. De este modo se puede corroborar, confrontar, ampliar, allanar dudas, completar datos faltantes, etc. (Arenas, 1995). El cuestionario de base utilizado como guía para las entrevistas fue elaborado teniendo en cuenta los objetivos de este trabajo y consultando trabajos de otros autores relacionados con el tema (e.g. Molinillo, 1988; Arenas, 1995; Funes, 1999; Hinojosa, 2000). El mismo contiene preguntas sobre el uso de plantas silvestres comestibles, partes utilizadas, las formas de preparación y conservación, lugar, época y modo de recolección, etc. (cfr. Apéndice I).

Para la recopilación de datos e información sobre el ambiente físico y social donde las personas desarrollan su vida, se utilizó la técnica de observación no estructurada (Ander Egg, 1983). El registro de los datos se realizó mediante notas de campo y fotografías.

Se realizaron recorridas a campo con la colaboración de algunos informantes, con el objeto de recolectar las especies vegetales que ellos indicaron como alimenticias. Se tomó nota del nombre que recibe la planta

en el lugar, entre otros datos contemplados en la guía de preguntas. Se prepararon ejemplares de herbario de referencia, los cuales fueron posteriormente identificados con la colaboración de investigadores del Herbario Regional de la Universidad Nacional de La Rioja, Sede Chemical, y del Museo Botánico de Córdoba, Universidad Nacional de Córdoba. Los ejemplares se encuentran depositados en el Herbario Regional de la Universidad Nacional de La Rioja, Sede Chemical, y las notas de campo se conservan en el archivo del citado Herbario.

Área de estudio

El área considerada en este trabajo se encuentra ubicada en el piedemonte de la Sierra de Los Llanos, en la provincia de la Rioja. El mismo se llevó a cabo en las poblaciones de Tuizón y Chila (Dpto. Ángel Vicente Peñaloza), correspondiente a las estribaciones oeste de la mencionada sierra y en La Aguadita y Polco (Dpto. Chemical), sobre las estribaciones orientadas hacia el este. Estos son pequeños poblados relacionados entre sí por su cercanía y por las actividades económicas y culturales comunes, realizadas a través de la trashumancia.

Criterios de selección del área de estudio

El área de estudio fue seleccionada teniendo en cuenta que las comunidades rurales guardan una especial relación con el ambiente y, según los datos del Anuario Estadístico de la Provincia de La Rioja (1993-1997), el 100% de la población en el Dto. Ángel Vicente Peñaloza es rural, mientras que en el caso del Dpto. Chemical representa el 15,6%.

La pobreza consistió en el segundo criterio de selección, en virtud que se sostiene que una mayor cantidad de recursos silvestres son incluidos en las dietas de los pobladores cuando la situación económica de las familias es más precaria (Ladio & Rapoport, 1999 y bibliografía allí citada). Según el Anuario Estadístico de la Provincia de La Rioja (1993-1997), en el Dpto. A. V. Peñaloza, a excepción de la cabecera departamental, la población con NBI¹ es del 69,2%. Comparativamente, si se considera el porcentaje de población con NBI, el Dpto. A.V. Peñaloza está entre

los tres que presentan porcentajes más altos dentro de la provincia, razón por la que adquiere mayor relevancia para el estudio. En el caso del Dpto. Chemical, cuando se excluye su cabecera, la población con NBI del resto de las localidades es del 54,6%.

Características Ambientales

Los poblados de Tuizón y Chila están muy próximos a la ciudad de Tama, localidad para la cual existen los siguientes datos: altitud 651 msm, latitud S: 30° 29', longitud W: 66° 22'. La precipitación media anual es de 294 mm, la evapotranspiración potencial media anual es de 1708 mm y el déficit hídrico medio anual es de 1413 mm. Los poblados La Aguadita y Polco están muy próximos a la ciudad de Chemical, para la cual existen los siguientes datos: altitud 461 msm, latitud S: 30° 22', longitud W: 60° 17'. La precipitación media anual es de 317 mm, la evapotranspiración potencial media anual es de 1747 mm y el déficit hídrico medio anual es de 1430 mm (Lasso & Herrera, 1982).

Morales et al. (1999) dividen a la provincia de La Rioja en cuatro unidades de relieve. En el área de estudio se encuentran dos de ellas, los Llanos y los Cordones Serranos. Los Llanos se hallan emplazados en la región oriental de la provincia; se trata de una depresión rellena por sedimentos del Terciario y Cuaternario y que a través de las eras geológicas, siempre se comportó como área receptora de materiales. Su cobertura superficial corresponde principalmente a depósitos eólico-aluviales loesoides, y la pendiente es suave. Los suelos son de escaso desarrollo, con bajo contenido de materia orgánica y nutrientes, reducida capacidad de retención de agua, con variaciones locales de arena, limo y arcilla. El clima es continental seco, con precipitaciones concentradas en la estación de primavera-verano, que decrecen de este a oeste de unos 400 a 200 mm. Se producen amplitudes térmicas estacionales importantes, con temperaturas máximas en verano superiores a 40° C y mínimas en invierno inferiores a 5° C, con más de 350 días libres de heladas. La principal fuente de agua es de origen superficial, aunque eventualmente se utilizan las de origen subterráneo. No hay ríos permanentes, son solo corrientes superficiales ocasionales luego de lluvias torrenciales. Los cordones serranos incluyen las Sierras Pampeanas y el Sistema de Famatina. Al oeste de este último se ubican las sierras pampeanas occidentales y al este las sierras pampeanas orientales, algunas de las cuales aparecen aisladas en el sector sur de los llanos, como la Sierra de Los Llanos. Las sierras pampeanas son cordones alargados y están formadas por rocas muy antiguas, que han sido afectadas por movimientos orogénicos y procesos erosivos formando cumbres chatas, separadas por valles y campos o bolsones de

¹ *NBI (indicador de Necesidades Básicas Insatisfechas): índice que incluye la información de censos nacionales de población y la Encuesta Permanente de Hogares. Considera pobre a toda familia que: registra más de tres personas viviendo en un cuarto; o vive en una vivienda inadecuada; o no tiene ningún tipo de instalaciones sanitarias; o tiene al menos un menor en edad escolar que no asiste a la escuela; o tiene más de tres miembros laboralmente inactivos por cada miembro activo, y la persona jefa de hogar tiene un bajo nivel educacional.

relleno. La altitud de las mismas varía entre 1500 - 4000 m. Los suelos se originan de rocas de diversa edad, son de escaso desarrollo, sus características principales son la rocosidad y pedregosidad. El clima es árido de montaña con inviernos fríos y veranos frescos, con precipitaciones concentradas en la estación estival (primavera-verano), que varían entre los 200 y 600 mm. La principal fuente de agua es de origen superficial. Existen numerosas vertientes.

Desde el punto de vista fitogeográfico, el área de estudio se encuentra dentro de la Región Neotropical, Dominio Chaqueño, Provincia Chaqueña, pudiéndose encontrar dos distritos: el Chaqueño Serrano y el Chaqueño Occidental (Cabrera, 1976). Según Cabrera (1976), la composición florística de estas unidades responde, en líneas generales, al siguiente esquema: el Distrito Chaqueño Serrano suele ocupar las laderas bajas de cerros y las quebradas. La vegetación dominante es el bosque xerófilo, interrumpido o alternando con estepas de gramíneas duras. El Bosque de "Horco-quebracho" es una de sus comunidades principales, son bosques de alrededor de diez metros de altura, acompañados por estratos arbustivos y herbáceos. Las especies dominantes son "horco-quebracho" (*Schinopsis haenkeana*), "molle de beber" (*Lithraea molleoides*) y "coco" (*Fagara coco*). En el Distrito Chaqueño Occidental la vegetación está formada por bosques xerófilos, y en particular la región de estudio se la denomina Chaco Árido ya que se caracteriza por la presencia de un sólo quebracho (*Aspidosperma quebracho-blanco*; Morello et al., 1985). Este cambio en la expresión florística está acompañado por un cambio profundo de tipo estructural: en el Chaco Árido se acaba el bosque como unidad de dosel continuo. Así resulta que el tipo de vegetación general es el arbustal xerófilo subtropical, donde la estructura forestal se mantiene por la presencia de árboles aislados, pero el único piso leñoso continuo es el arbustivo. Este patrón general para la región, toma variaciones zonales en las diferentes subregiones.

El estudio se llevó a cabo en la subregión del Piedemonte (Morello et al., 1985). Esta subregión del Chaco Árido se caracteriza por los procesos que tienen su origen en la vecindad de la montaña, la cual aporta sus materiales aluvionales, dando lugar a la pendiente suave de la bajada y a un gradiente de texturas hacia la llanura. En general los piedemontes de las regiones semiáridas albergan la mayor densidad de población, puesto que son los sitios de acumulación del agua de escurrimiento de los faldeos.

Características Sociales

Entre los datos sociodemográficos aportados por el Anuario Estadístico de la Provincia de La Rioja

(1993-1997), se advierte que la población de Chila está categorizada como rural concentrada, con un total de 113 habitantes. Tuizón, Polco y La Aguadita están categorizadas como poblaciones rurales dispersas, con un total de 59, 71 y 67 habitantes, respectivamente.

Actualmente los pobladores viven en unidades de asentamiento donde habita la familia nuclear (i.e., grupo doméstico en el que conviven padres e hijos), aunque también se observa el tipo de familia extensa, donde conviven además de padres e hijos, abuelos y tíos. Es decir, coexisten diferentes tipos de organización familiar. Por lo general las casas son construidas dentro de un predio delimitado por un cerco de ramas, con la vivienda en posición central, rodeada por jardines, corrales y áreas de cultivo denominadas "bañados" o "cercos". El jardín, generalmente está destinado al cultivo de plantas ornamentales, aromáticas y medicinales. Los bañados o cercos suelen ubicarse en sectores favorables para el cultivo de cereales, hortalizas y forraje, a menudo a cierta distancia de las viviendas. Los corrales, generalmente construidos y techados con recursos vegetales naturales, son parte de la infraestructura correspondiente a la actividad ganadera.

La economía de las familias de estas comunidades rurales se basa, fundamentalmente, en la explotación directa del medio ambiente, con predominio de la ganadería de cría bovina y caprina extensiva y, en menor medida, de la agricultura, que proporcionan principalmente alimentos para consumo familiar. Es frecuente que algunas familias posean algunos integrantes contratados como empleados municipales. Otras, complementan su economía agrícola-ganadera con actividades artesanales como por ejemplo, el trenzado de cueros. En cada poblado, al menos una familia atiende un pequeño almacén. Resulta común que en la comunidad se trabaje, esporádicamente, brindando ayuda a otras familias. De un modo u otro, en la actualidad, la orientación económica de estos pobladores no se limita a la agricultura y la ganadería. La búsqueda de trabajo fuera de la comunidad, ya se trate de una manera temporal o definitiva, constituye una de las decisiones más frecuentes entre los jóvenes. La mayoría de las personas que emigran, lo hacen hacia la capital de La Rioja.

La base de la alimentación tradicional consiste principalmente en carne, papa, zapallo y algunas hortalizas. No obstante, la recolección de frutos silvestres y la caza también proporcionan elementos ocasionales en la dieta.

Dentro del área en la cual viven y realizan sus actividades, reconocen dos ambientes distintos, el "bajo" y el "cerro" o la "loma", que coinciden con las unidades fitogeográficas descriptas para esta región.

Resultados

Los resultados que se presentan a continuación se basan en una investigación de naturaleza más botánica que etnográfica, por lo que se puso énfasis en el uso que este grupo humano da a las plantas, más que en su organización social u otras consideraciones de carácter antropológico.

Plantas silvestres conocidas como aptas para alimentación

Los informantes mencionaron un total de 38 nombres locales de plantas silvestres conocidas como aptas para la alimentación humana, las cuales pudieron ser relacionadas con su nombre científico. Las plantas silvestres alimenticias, ordenadas alfabéticamente por la familia botánica a la que pertenecen, junto con su nomenclatura científica y el nombre asignado por los entrevistados, se presentan en la Tabla 1. Los nombres científicos de las especies se citan según Zuloaga et al. (1994) y Zuloaga & Morrone (1996, 1999).

Plantas silvestres incluidas actualmente en alimentación

Se realizó una caracterización cualitativa de la importancia de las plantas silvestres en la dieta actual, de acuerdo a la comunicación de los informantes y a las observaciones realizadas en los sitios de estudio. Las categorías consideradas son las siguientes: "importancia nula", aquellos recursos que perdieron totalmente el uso actual como alimentos, "importancia ocasional", aquéllos que casi no se consumen o cuyo consumo es esporádico, y de "importancia frecuente", aquéllos cuyo consumo es cotidiano. En base a esta caracterización se encontró que, del total de las especies mencionadas, el 20% se han dejado de utilizar en la zona, el 53% se utiliza ocasionalmente y sólo el 27% se utiliza frecuentemente en la actualidad. Las partes de las plantas más utilizadas son los frutos, ramas y hojas, siendo menos frecuente el uso de tallos, brotes y flores.

Formas de preparación de los alimentos

Las formas de preparación más frecuentes son la cocción (muchos productos vegetales se preparan colocándolos en ollas al fuego o son

asados al rescoldo, es decir con brasas resguardadas por las cenizas), la infusión (preparados líquidos, que resultan de colocar partes de algunos vegetales en agua hirviendo), y el consumo fresco (muchos frutos y algunas hojas son consumidos sin ser preparados, es decir crudos). Menos frecuentes son la dilución (preparados líquidos, que resultan de colocar partes de algunos vegetales molidos en agua), la fermentación (los jugos azucarados pasan a ser bebidas alcohólicas) y el secado (algunos frutos se dejan secar y luego se muelen para ser consumidos).

Se realizó una caracterización cualitativa de la importancia de las plantas silvestres en la dieta actual considerando cada forma de uso (Apéndice II). Entre los usos frecuentes que siguen vigentes se puede mencionar a las especies consumidas en infusiones o diluciones, mientras que entre los que se van perdiendo y en general su uso es solo ocasional se encuentran las plantas consumidas en cocciones, fermentación, consumo fresco o seco. En particular, las plantas se consumen en mayor frecuencia como agregados del mate, arropes y frutas. En cambio menor número de especies son consumidas como bebidas, verduras, condimentos y "panes" hechos con frutos molidos.

El modo de conservación más frecuente es a través del secado de frutos y ramas de las plantas, siguiéndole en importancia la conservación de los productos en botellas (Apéndice II).

En general las plantas silvestres alimenticias son recolectadas por los pobladores en las cercanías de las viviendas y en el campo, tanto en el "bajo" como en la "loma". No se organizan recorridos especiales para su recolección, ya que directamente se lleva a cabo cuando acompañan el ganado o recolectan leña. La época de recolección para la mayoría de las plantas es en verano. La época y el modo de recolección se especifican para cada especie en el Apéndice II.

Es común observar utensilios para la preparación de los alimentos de fabricación local, aún en la actualidad. Los principales utensilios realizados en piedra son el "mortero" y la "mano", que se utilizan para moler productos vegetales. Se trata de elementos muy comunes en los patios de la mayoría de las viviendas, pues suelen coincidir con sitios ocupados previamente por aborígenes, los cuales realizaron morteros en las

Tabla 1

Lista de plantas silvestres alimenticias mencionadas por los pobladores del piedemonte de la Sierra de Los Llanos (La Rioja, Argentina) como aptas para la alimentación humana.

Familia	Nombre científico	Nombre local
Amaranthaceae	<i>Amaranthus standleyanus</i> Parodi ex Covas	ataco
Anacardiaceae	<i>Lithrea molleoides</i> (Vell.) Engl.	molle, molle de beber
Apocynaceae	<i>Aspidosperma quebracho-blanco</i> Schltdl.	quebracho, quebracho blanco
Apocynaceae	<i>Vallesia glabra</i> (Cav.) Link	ancocho
Asclepiadaceae	<i>Morrenia odorata</i> (Hook. & Arn.) Lindl.	doquial
Asteraceae	<i>Cyclolepis genistoides</i> D. Don	palo azul
Asteraceae	<i>Pectis odorata</i> Griseb.	limoncillo
Asteraceae	<i>Tagetes minuta</i> L.	suico
Asteraceae	<i>Baccharis crispa</i> Spreng.	carqueja
Brassicaceae	<i>Rorippa nasturtium-aquaticum</i> (L.) Hayek	berro
Bromeliaceae	<i>Bromelia urbaniana</i> (Mez) L.B.Sm.	chaguar chiquito
Cactaceae	<i>Cereus aethiops</i> Haw.	cardoncito
Cactaceae	<i>Cereus forbesii</i> Otto ex C.F.Först.	ucle
Cactaceae	<i>Echinopsis leucantha</i> (Gillies ex Salm-Dyck) Walp.	uclecito
Cactaceae	<i>Gymnocalycium saglionis</i> (Cels) Britton & Rose	uclecito redondo, asiento de suegra
Cactaceae	<i>Opuntia sulphurea</i> Gillies ex Salm-Dyck	penca
Cactaceae	<i>Stetsonia coryne</i> (Salm-Dyck) Britton & Rose	cardón
Celtidaceae	<i>Celtis pallida</i> Torr.	tala pispá
Celtidaceae	<i>Celtis tala</i> Gillies ex Planch.	tala
Chenopodiaceae	<i>Chenopodium ambrosioides</i> L.	paico
Fabaceae	<i>Acacia caven</i> (Molina) Molina	tusca
Fabaceae	<i>Geoffroea decorticans</i> (Gillies ex Hook. & Arn.) Burkart	chañar
Fabaceae	<i>Prosopis chilensis</i> (Molina) Stunz	árbol blanco
Fabaceae	<i>Prosopis flexuosa</i> DC.	árbol, árbol negro
Fabaceae	<i>Prosopis</i> sp.	árbol panta
Lamiaceae	<i>Minthostachys mollis</i> Griseb.	peperina
Olacaceae	<i>Ximenia americana</i> Linn.	pata, patial
Portulacaceae	<i>Portulaca oleracea</i> L.	verdolaga
Rhamnaceae	<i>Condalia microphylla</i> Cav.	piquillín
Rhamnaceae	<i>Ziziphus mistol</i> Griseb.	mistol
Schizaeaceae	<i>Anemia tomentosa</i> (Savigny) Sw.	doradilla
Solanaceae	<i>Capsicum chacoense</i> Hunz.	ají del campo
Solanaceae	<i>Physalis viscosa</i> L.	meloncillo
Verbenaceae	<i>Aloysia citriodora</i> Palau	cedrón
Verbenaceae	<i>Aloysia gratissima</i> (Gillies & Hook.) Tronc.	palo amarillo
Verbenaceae	<i>Aloysia polystachya</i> (Griseb.) Moldenke	poleo blanco, té de burro
Verbenaceae	<i>Lippia integrifolia</i> (Griseb.) Hieron.	incayuyo
Verbenaceae	<i>Lippia turbinata</i> Griseb.	poleo

rocas. Por otro lado, los "morteros" y las "manos" también suelen ser hechos de madera, comúnmente de "árboles" o "quebracho blanco". Se registró también el uso tradicional de coladores confeccionados con ramas tiernas de "árbol" para la elaboración de los refrescos.

Es frecuente encontrar en muchas viviendas cocinas a gas, pero aún en esos casos, también se utilizan permanentemente para cocinar el fogón y el horno de barro. Ambos suelen estar presentes en la mayoría de las casas. Para la cocción de arropes se utilizan ollas o pailas, colocadas directamente al fuego. El horno de barro se utiliza para cocinar panes, carnes asadas y antiguamente el "patay". Los hornos típicos son de cúspide redonda y se asientan sobre una base rectangular de unos 50 cm de altura. El combustible más utilizado para cocinar es la leña, que es recolectada por los miembros de la familia de los alrededores de la casa a partir de muchas especies de plantas.

A continuación se cita la información registrada sobre los tipos de alimentos y bebidas preparados a partir de plantas silvestres, las características de la materia prima utilizada, su recolección, preparación, almacenamiento y las formas de consumo. Finalmente, se citan los utensilios de cocina mencionados u observados durante la realización de este trabajo.

Alimentos

1. Arropes

Dulces elaborados por cocción prolongada del fruto completo o del zumo y la pulpa de distintas especies. La cocción generalmente se interrumpe cuando el preparado toma consistencia espesa como de almíbar o jarabe. Poseen similitudes con las jaleas y mermeladas en cuanto a su dulzor, consistencia y formas de preparación, aunque el arrope se distingue de ellos por el hecho de no requerir azúcar en su preparación y por lo prolongado de su cocción.

1.1. La materia prima

El material vegetal empleado para la preparación de los arropes es variado. Como materia prima para su elaboración se utilizan frutos de: "ancocho", "árbol blanco", "árbol negro", "ár-

bol panta", "cardón", "cardoncito", "chañar", "penca", "piquillín", "mistol", "tala", "tala pisa" y "ucle".

1.2. La recolección

La materia prima para el arrope se obtiene por recolección a campo de los frutos silvestres, con excepción de las uvas, los higos y las tunas de los cuales existen plantaciones y no fueron incluidas en este estudio por estar referido solo a las plantas silvestres. El método de recolección empleado más frecuentemente consiste en extender lonas, plásticos o mantas bajo la planta, y sacudir sus ramas con las manos o golpearlas con un palo para desprender los frutos. Muchas veces, sin embargo, se recolectan directamente del suelo.

Para transportar los frutos a la vivienda, antiguamente se utilizaban grandes recipientes llamados "yoles". Consistían en un armazón de madera de forma cilíndrica forrados con cuero. Se cargaban a los lados del animal de carga, a modo de enormes alforjas. El uso de estos recipientes prácticamente ha desaparecido de la zona, pues los informantes solamente mencionaron que solo una persona aún los utiliza en Chila.

1.3. La Preparación

Esta actividad en general es tarea de la mujer, aunque algunos hombres entrevistados manifestaron tener conocimiento sobre la forma de preparar algunos arropes y también que los han preparado algunas veces. A pesar de la numerosa variedad de materias primas utilizadas se halló, tanto en las entrevistas realizadas como en las fuentes bibliográficas consultadas, una cierta homogeneidad en cuanto al proceso de elaboración. Se detallarán a continuación sus distintas fases.

Los frutos se lavan y se aplastan en un recipiente amplio, hasta que suelten todo el líquido. En algunos casos es necesario agregarles agua para hidratarlos por ejemplo en el caso del "chañar", aunque en otros no, como el caso del "ancocho", dependiendo de la cantidad de "jugo" que tenga el fruto. Luego se los somete a un ligero hervor en una paila de cobre con poca agua, hasta que se ablanden los trozos de los frutos. A continuación se hace pasar el contenido de la paila a través de un colador o

cedazo, para apartar el zumo del resto. Este zumo es sometido a una segunda cocción a fuego lento y homogéneo, utilizando una paila de cobre y revolviendo constantemente para evitar que se pegue a sus paredes y para que se cocine de manera homogénea, durante un período que variará según la cantidad y el tipo de arrope que se desee preparar. Es en este paso cuando se suelen agregar los "cascos" (trozos de la parte interna del tallo de algunas Cactáceas), para lo cual se pelan los tallos y se corta las porciones tiernas en "fetas". Las especies utilizadas para este fin son el "ucle redondo" o "asiento de suegra" y "uclecito". Los entrevistados manifestaron que el agregado de estos "cascos" otorga al arrope limpidez y transparencia, ya que producen una espuma que ayuda a sacarle las impurezas con un cucharón (que en general se construye con una latita agujereada sujeta a un cabo largo) o con una espumadera. El preparado alcanza su punto óptimo cuando adquiere un color y consistencia particulares. Los cascós se retiran una vez cocido el arrope, se dejan enfriar y se comen aparte.

1.4. El almacenamiento

Las técnicas de almacenamiento habrían cambiado en el tiempo conforme a la disponibilidad de distintos materiales que fueron usados por los pobladores de la zona para guardar conservas. Los informantes citan que en el pasado el arrope era colocado para su conservación en "noques" de cuero. Estos recipientes eran confeccionados especialmente para este fin, con cueros completos de cabra o de cerdo. Los recipientes se realizaban a partir de cortes de cuero específicos, luego sobados y cosidos con tientos de cuero de cabra. Sólo se dejaba abierta una de las patas, por donde se extraía el producto, la que era obturada por un tapón. Con la aparición en la zona de recipientes de elaboración industrial, el arrope se comienza a guardar en botellas.

1.5. El consumo

La forma más popular de su consumo en el pasado era con "quesillo" o queso de cabra, aunque también formaba parte de platos regionales como postres y preparaciones de repostería. En la actualidad se lo consume solo, con pan, o con queso de vaca o de cabra.

2. Frutas

En esta sección se consideran las especies cuyos frutos se consumen frescos, por lo tanto sólo se describe la materia prima y el modo de recolección.

2.1. La materia prima

Los pobladores mencionaron el consumo de frutos frescos de "albarillo del campo", "ancocho", "árbol blanco", "árbol negro", "árbol panta", "cardoncito", "chaguar chiquito", "chañar", "doca", "meloncillo", "mistol", "piquillín", "tala", "tala pispá" y "ucle".

2.2. La recolección

El modo de recolección fue explicado en la sección arropes. Sin embargo, vale aclarar que algunas especies producen un bajo número de frutos por planta y, por lo tanto, su recolección es directamente a mano. En algunos casos no suelen ser transportados a la vivienda, sino consumidos directamente *in situ*.

3. Frutos deshidratados molidos y pasta de frutos

3.1. La materia prima

Se mencionó el consumo de frutos deshidratados y molidos de "árbol blanco", "árbol negro" y "árbol panta", que se utilizan para la elaboración de una suerte de "panes" conocidos como "patay". Además, se registraron bastantes referencias al uso histórico de los frutos de "mistol", que son molidos frescos y luego compactados, en los denominados "shuningos" o "bollos".

3.2. La recolección

Es igual a la explicada en la sección 1.2 (arropes).

3.3. La preparación

Para preparar el "patay" los frutos se secan al sol y luego se muelen en morteros de piedra o madera, junto con sus semillas. El producto de la molienda se hace pasar luego por un cedazo, para separar el polvo fino, que se coloca en moldes chatos, se rocía con agua seguido de un toque de horno muy ligero, que contribuye a darle cohesión.

El "shuningo o bollo" se prepara moliendo cuidadosamente los frutos de "mistol" en el mortero para no quebrar las semillas, que quedan incluidas en la pasta, pero se las elimina en el momento de consumirla. A esta pasta se le adiciona harina de los granos de maíz tostado que no han reventado (denominados "ancua"). Esta preparación se moldea a mano en forma de bolas o barras, y se reboza con la harina de "ancua", quedando así listas para el consumo.

3.4. El almacenamiento

La algarroba, como así también el maíz y el mistol, se conservan secos en "pirhuas" o en otros recipientes como bolsas, e incluso colocados sobre pequeñas enramadas construidas expresamente y tapados con chapas o elementos similares, para su posterior utilización. Las "pirhuas" son estructuras cilíndricas cerradas, hechas con haces de "pichana" (*Senna aphylla*) entrelazados con varas de madera. En la parte de abajo queda un agujero al que se le adiciona un marlo de maíz, a modo de tapón, que se retira para sacar los frutos a medida que se necesitan (al menos en el caso del maíz), ya que toda la estructura queda un poco retirada del suelo. Por último se techa con "jarilla" (*Larrea divaricata*) y barro. En la "pirhua", se colocan ramas de "atamisqui" (*Capparis atamisquea*) para que duren más tiempo los frutos en condiciones de ser consumidos. Los entrevistados manifestaron que el "atamisqui" evita el ataque de un insecto conocido como "cuco". Las "pirhuas" siguen en vigencia en algunas regiones de la provincia de La Rioja, pero ya no se utilizan en el área de estudio, habiendo sido reemplazadas por otros recipientes.

Los entrevistados manifestaron que, cuando pueden, guardan las algarrobas molidas, para evitar el ataque muy frecuente por parte de insectos a los frutos. La elaboración de patay y de harina es además de un modo de consumo, otro modo de conservar las algarrobas.

4. Verduras para ensaladas y agregados del locro

Las ensaladas son comidas frías que pueden prepararse con varios vegetales crudos, sazonados con sal y otros condimentos.

4.1. La materia prima

La materia prima de estas ensaladas son brotes y ramas tiernas del "berro" y de "verdolaga".

4.2. La recolección

Ambas especies se recolectan en el campo, predominando el "berro" en los ambientes naturales y la "verdolaga" en los ambientes ruderales. El "berro" crece en los arroyos, los que abundan en la sierras, y suele encargarse su recolección a los "camperos", personas que concurren allí con frecuencia, atendiendo las actividades propias de la ganadería trashumante.

4.3. La preparación

Se lavan bien las hojas y tallos tiernos, se cortan, se condimentan y se sirven frías.

4.4. El almacenamiento

Pueden guardarse en la heladera, aunque, no se conservan por mucho tiempo. Se recolectan cuando van a ser utilizadas.

4.5. El consumo

Se utilizan para acompañar comidas principales. La "verdolaga" y el "ataco" se consumen además en el locro, las que son agregadas en el momento de la cocción.

5. Condimentos

Productos vegetales que se emplean para saborizar comidas.

5.1. La materia prima

Solo se registró el uso de un condimento obtenido a partir del "ají del campo".

5.2. La recolección

En virtud del reducido tamaño, se suelen tomar las plantas completas a campo, para ahorrar tiempo, retirándose posteriormente los frutos.

5.3. La preparación

Se utilizan los frutos secos o frescos molidos en el mortero.

5.4. *El almacenamiento*

Se almacenan enteros o molidos, preferentemente en frascos con tapa.

5.5. *El consumo*

Se agrega como condimento de sabor fuerte y picante a salsas, humita, locro, empanadas, carnes, etc., y se utiliza también en la elaboración de chacinados y embutidos.

Bebidas

6. *Refrescos (jugos)*

Se registró el consumo de bebidas frescas, dulces y que no contienen alcohol, como la "añapa" y la "aloja".

6.1. *La materia prima*

El material vegetal empleado para su elaboración son los frutos (algarrobas) de "árbol" o "árbol negro", en este caso la bebida recibe el nombre de "añapa". La "aloja" es la bebida hecha a partir de los frutos (algarrobas) del "árbol blanco". También recibe el nombre de "aloja" la bebida realizada a partir de los frutos del "molle". Son utilizados también los frutos del "árbol panta". En este caso la bebida no lleva un nombre diferente y la denomina "aloja" o "añapa".

6.2. *La recolección*

El método de recolección empleado frecuentemente consiste en extender mantas bajo el árbol y sacudir sus ramas con las manos o golpearlas con un palo para voltear los frutos.

6.3. *La preparación*

Se trata de un procedimiento sencillo de dilución en agua. Las algarrobas se dejan secar, luego se muelen en morteros de piedra o de madera. El producto de las algarrobas molidas se coloca en un recipiente al que se le agrega agua fría, mezclando con las manos. Posteriormente se cuela y se sirve. Algunas personas lo dejan de un día para otro, para que sedimente la materia suspendida y el líquido clarifique. El procedimiento es igual para las tres especies del género *Prosopis*, incluso hay personas que utilizan los

frutos de distintas especies mezclados. La preparación realizada a partir de los frutos del "molle" es también muy sencilla: simplemente se colocan los frutos en agua y se dejan de un día para el otro. Se cuela y se sirve.

6.4. *El almacenamiento*

Aunque antiguamente se conservaban en vasijas de cerámica, hoy la "aloja" y la "añapa" pueden conservarse en la heladera, pero no por mucho tiempo.

La algarroba y el mistol, se conservan secos en "pirhuas" o en otros recipientes como bolsas, e incluso colocados sobre pequeñas enramadas construidas expresamente y tapados con chapas o elementos similares, para su posterior utilización.

6.5. *El consumo*

En la actualidad es común el consumo de estas bebidas en el verano, cuando maduran los frutos con los que se las prepara. Es tradicional tenerlos preparados para convidar a quienes visitan los pesebres en navidad, y en la época de carnaval.

7. *Bebidas alcohólicas*

Se registró el conocimiento de los pobladores sobre la elaboración de bebidas alcohólicas a partir de frutos de plantas silvestres. Sin embargo, manifestaron que es "algo del pasado" y que ya no conocen personas que las hagan. Estas bebidas reciben comúnmente los nombres de "aloja" o "añapa", dependiendo de su materia prima, y menos frecuentemente el nombre de "licor".

7.1. *La materia prima y la recolección*

Son las mismas que en el caso de la elaboración de los refrescos.

7.2. *La preparación*

Las bebidas dulces "añapa" y "aloja", pueden dejarse fermentar, o bien puede agregárseles granos de maíz para acelerar los tiempos de la fermentación.

7.3. *El almacenamiento*

No hay datos sobre el almacenamiento.

7.4. El consumo

El consumo de "licor" ha desaparecido definitivamente en el lugar de estudio, y muchos lo recuerdan como algo de "la gente de antes", haciendo referencia a los primeros pobladores criollos de la zona y a los aborígenes.

8. Complementos de la yerba mate

En la zona es muy común agregarle "yuyos" a las infusiones de "yerba mate" (*Ilex paraguariensis*) para darle un sabor más agradable. La práctica es generalizada y se aplica tanto al "mate" como al "mate cocido", comúnmente conocido también en el área de estudio como "café".

8.1 La materia prima

Entre las especies utilizadas se registraron: hojas y brotes de "carqueja", "cedrón", "doradilla", "inca yuyo", "limoncillo", "paico", "palo amarillo", "palo azul", "peperina", "poleo", "suico", "té de burro" y los frutos del "molle".

8.2. La recolección

En general se recolectan a mano, ya sea en el momento de ser requeridos como en el caso de los que crecen cerca de la vivienda por ser protegidos o cultivados, o bien con anterioridad, como los que crecen lejos de la vivienda que generalmente son cortados mientras se realizan las tareas de campo.

8.3. La preparación

Es un complemento de infusión en la cual los yuyos se agregan a la yerba mate, o al agua caliente.

8.4. El almacenamiento

Cuando no se utilizan en fresco, los yuyos se secan a la sombra a fin de conservar su aroma y sabor, y suelen almacenarse en atados.

8.5. El consumo

Es común la utilización del mate cocido en el desayuno y la merienda, tanto en la vivienda como en el campo, y del mate, en diversas horas del día, o en el momento que llega una

visita. En general, ambos se toman con el agregado de "yuyos" y endulzados con azúcar. Es común acompañarlos con pan o "tortas" de harina de "trigo" (*Triticum aestivum*), estas últimas asadas al rescoldo.

Discusión

El conocimiento que poseen los pobladores de la zona rural de esta región de La Rioja sobre las plantas silvestres aptas para la alimentación humana es aún relevante, dado el gran número de especies que fueron mencionadas. Además, y aunque algunas de ellas ya no las usan frecuentemente, también conservan los conocimientos sobre la distribución de las especies, la época en la que están disponibles, el modo de recolección, de preparación y de conservación. Sin embargo, hay que destacar que a través de lo que cuentan las personas entrevistadas, la recolección de plantas silvestres para la alimentación humana tenía una mayor importancia en el pasado.

Es posible consignar algunas interpretaciones para explicar esta tendencia. Por un lado, quizás las razones puedan encontrarse si se consideran los cambios socio-culturales que han ocurrido en la región, como por ejemplo:

(a) La mejora de las vías de acceso a estas poblaciones rurales facilita el ingreso de productos de otras regiones; asimismo la penetración de los medios de comunicación masivos determina una valoración adicional por los alimentos promocionados. Esta situación facilitaría el desprestigio de algunos alimentos tradicionales que llevan como ingredientes plantas silvestres. La menor importancia relativa que se les daría a los alimentos silvestres puede inferirse al recorrer los almacenes locales en los que no es común que se ofrezcan para la venta los productos alimenticios a partir de plantas silvestres y, en cambio, si se encuentran los productos alimenticios comercializados en las grandes ciudades. Un fenómeno similar ya fue descrito por Hilgert (1999) para la selva de las Yungas.

(b) Una menor transmisión de los conocimientos relacionados con el uso de plantas silvestres alimenticias hacia las generaciones más jóvenes, puede ser mencionado como un factor importante que afecta las costumbres de recolección de las mismas (e.g., Ladio & Rapoport, 1999). Este pro-

ceso podría estar ocurriendo en la zona ya que existe una marcada emigración de jóvenes hacia centros urbanos y, también, como fuera expresado por los entrevistados, porque existe un manifiesto desinterés por parte de los jóvenes en este tipo de conocimientos. Sin embargo, esta tendencia no pudo ser evaluada debido a que los entrevistados son todos mayores de edad, ya que fueron recomendados como quienes más conocen sobre el uso de estas plantas, y porque existe la costumbre que las visitas sean atendidas por las personas mayores del grupo familiar.

(c) El criterio de practicidad para conseguir los alimentos (e.g., Maranta, 1987), según el cual las personas evalúan el tiempo y el esfuerzo necesario para obtener un alimento listo para comer. Las crecientes dificultades para conseguirlos podría estar determinando también la pérdida de la importancia para los pobladores de la recolección de plantas alimenticias. Además, no solo hay que considerar el tiempo de recolección para una determinada cantidad de alimento (que usualmente es inversamente proporcional a su abundancia y a la facilidad con que se lo cosecha), sino también el tiempo que lleva su preparación. Un ejemplo es la recolección de los frutos y preparación del arrope, que ha perdido vigencia en la actualidad. Por el contrario, la preparación de bebidas es aún frecuente, ya que para su elaboración se requiere poco tiempo y esfuerzo.

(d) Los cambios demográficos pueden incidir también, ya que la concentración de personas en pueblos y ciudades dificulta la recolección de los recursos silvestres (e.g., Maranta, 1987) y también la transmisión del conocimiento. La mayoría de los entrevistados manifestó haber nacido y vivido en la parte alta de las sierras, antes de asentarse en estos pequeños poblados.

Por otro lado, otras razones para explicar la reducción en el uso de plantas silvestres alimenticias puede deberse a factores ambientales, entre los que puede mencionarse a la intensa explotación forestal realizada en la región del Chaco Árido (y particularmente en el área de estudio; un informante manifestó que en el pasado la mayoría de los hombres trabajaban en el lugar cortando leña). Este factor afectaría negativamente la recolección y el consumo de recursos silvestres alimenticios. En este sentido, algunos de los entrevistados mencionaron

que la recolección de plantas silvestres es difícil, ya que según sus propios relatos "cada vez hay menos plantas".

Entre las plantas que se consumen en la actualidad en forma frecuente, se encuentra un buen número de especies que se agregan al mate. Las dos razones principales que motivan su utilización serían el de darle un sabor agradable al mismo y prevenir diferentes malestares estomacales. Existen antecedentes para varias regiones de Argentina sobre las propiedades medicinales de la mayoría de las plantas citadas (e.g., Filipov, 1997; Núñez & Cantero, 2000; Barboza et al., 2001; Hilgert, 2001; Roig, 2001; Martínez, 2002).

Los frutos frescos, que representan un número importante de especies, tienen en la actualidad importancia ocasional. Esto se debería a que la mayoría de los frutos que consumen los adultos constituyen un refrigerio mientras se realizan las tareas en el campo, o bien una golosina para los niños. Por el contrario, la posibilidad de conservar este recurso como frutos molidos para preparar bebidas o arropes, y que el consumo de estos productos sea apreciado por la gente, tiene como consecuencia que sea una fuente alternativa de consumo de frutos bastante utilizada por los pobladores, incluso durante épocas en que no se encuentran disponibles en el ambiente. El tiempo de almacenamiento de la materia prima al natural es prácticamente nulo para los frutos carnosos y de pocos meses para los frutos secos, con los que se elabora el arrope. Según los entrevistados, el arrope puede almacenarse hasta por un año o más. Esto es debido al intenso proceso de deshidratación, a la esterilización que tienen lugar durante su cocción y al elevado porcentaje de azúcar resultante de dicho procedimiento (Calliera et al., 1980; Scarpa, 1999). Según estos mismos autores, el arrope habría sido introducido por los árabes en España y luego traído al país por los conquistadores.

El consumo de bebidas dulces y alcohólicas es poco importante debido al pequeño número de especies empleadas. Es interesante destacar que el uso de las bebidas dulces es frecuente en verano, con mayor importancia durante el carnaval. Sin embargo, para ambientes muy similares se menciona además el uso de "mistol" y "chañar" (Maranta 1987), que en la zona no se utilizan con este fin. Los entrevistados señalaron que las

bebidas alcohólicas ya no se emplean, y que eran usadas por los primeros habitantes de la zona. Según Maranta (1987) el factor que podría haber determinado el abandono de estas bebidas tendría que ver con los preceptos de la evangelización anglicana y pentecostal.

El modo más frecuente de almacenar los productos es el secado, lo cual puede deberse a que es sencillo de realizar, tanto al sol o a la sombra; este es un método utilizado en distintos lugares y por varias etnias (e.g., Arenas, 1981, 1982; Maranta, 1987; Delhey, 1991). Se ha propuesto que la eficiencia del método de "pirhuas" para preservar secos los frutos, sólo da buenos resultados en lugares con escasas precipitaciones, como ocurre en área de estudio. Esto es porque la "pirhua" no es hermética, y si los frutos se humedecen no es posible su conservación. Las algarrobas son infestadas principalmente por insectos pertenecientes a la familia Bruchidae (Mazzuferi et al., 1994). Un estudio realizado por Silva (2001) demuestra que el uso de atamisqui para la conservación de algarrobas es tan eficaz como el uso de insecticidas químicos.

Los resultados de este trabajo ponen de manifiesto algunos rasgos culturales propios de las sociedades campesinas, donde habitualmente se produce la confluencia de distintas tradiciones. Por un lado, se reconocen características propias como el uso de plantas autóctonas, y el hecho de compartir muchas costumbres y nombres con aborígenes de la región Chaqueña, en lo referido a alimentación. Por otra parte, también se observa la utilización de algunos productos foráneos (especies exóticas), así como platos de evidente origen alóctono, como es el caso del arrope. Los pobladores no utilizan el total de plantas que conocen como alimenticias, lo cual podría llevar a la pérdida gradual del conocimiento local sobre los recursos disponibles.

Agradecimientos

Agradecemos la colaboración de cada una de las personas que respondieron a las encuestas, las sugerencias y comentarios de los revisores que mejoraron versiones preliminares de este trabajo y a CONICET, FONCyT y SECyT (UNC) por las fuentes de financiamiento otorgadas. Ana Anton y Leonardo Galetto son miembros de la Carrera del Investigador Científico de CONICET.

Referencias bibliográficas

- Altieri, M. A., S. Hetch, M. Liebman, F. Magdoff, R. Norgaard & T. O. S. Kor. 1999. *Agroecología. Bases científicas para una agricultura sustentable*. Ed. Nordan-Comunidad, Montevideo.
- Ander Egg, E. 1983. *Técnicas de investigación social*. Editorial Humanitas. Buenos Aires, Argentina.
- Anuario estadístico de la Provincia de La Rioja. 1993-1997. Dirección de Estadística de la provincia de La Rioja. Ministerio de Desarrollo de la Producción y Turismo. Secretaría de Gestión Productiva. Dirección de Estadística. La Rioja.
- Arenas, P. 1981. *Etnobotánica lengua-Maskoy*. Fundación para la Educación, la Ciencia y la Cultura (FECIC), Buenos Aires.
- Arenas, P. 1982. Recolección y agricultura entre los indígenas Maka del Chaco boreal. *Parodiana* 1: 171-243.
- Arenas, P. 1995. Encuesta etnobotánica aplicada a indígenas del Gran Chaco. Hacia una nueva carta étnica del Gran Chaco. *Centro del Hombre Antiguo Chaqueño* 6: 161-178.
- Arenas, P. 1999. *Morrenia odorata* (Asclepiadaceae), an edible plant of the Gran Chaco. *Econ. Bot.* 53: 89-97.
- Arenas, P. & G. F. Scarpa. 1998. Ethnobotany of *Stetsonia coryne* (Cactaceae), the "cardon" of the Gran Chaco. *Haseltonia* 6: 42-51.
- Barboza, G., N. Bonzani, E. M. Filippa, M. C. Luján, R. Morero, M. Bugatti, N. Decolatti & L. Ariza Espinar. 2001. *Atlas histo-morfológico de plantas de interés medicinal de uso corriente en Argentina*. Ed. Graphyon, Córdoba, Argentina.
- Cabrera, A. L. 1976. *Enciclopedia Argentina de Agricultura y Jardinería*. Ed. ACME, Argentina.
- Calliera, N. G., S. M. Palacio & E. B. Sans. 1980. *Estudio sobre arropes*. Tesina. Universidad Nacional de Córdoba. Facultad de Ciencias Médicas. Escuela de Nutricionistas-Dietistas. Córdoba, Argentina.
- Delhey, Y. R. 1991. El Chañar (*Geoffroea decorticans*, Leguminosae): etnobotánica y utilización. *Parodiana* 6: 337-362.
- Díaz-Betancourt, M. E., L. Ghermandi, A. H. Ladio, I. R. Lopez Moreno, E. Rafaele & E. H. Rapoport. 1999. Weeds as source for human consumption. A comparison between tropical and temperate Latin America. *Rev. Biol. Tropical* 47: 329-338.
- Filipov, A. 1997. La farmacopea natural en los sistemas terapéuticos de los indígenas Pilagá. *Parodiana* 10: 35-74.
- Funes, F. 1999. *Estudio etnobotánico del Valle del Río Manso Inferior, Provincia de Río Negro*. Tesis de Licenciatura en Ciencias Biológicas. Centro Universitario de Bariloche. Universidad Nacional del Comahue. Bariloche, Argentina.
- Galafassi, G. P. 1997. Actividad recolectora en pastores de altura (Laguna Blanca, Catamarca). *Supl. Antropol.* 32: 397-496.
- Hilgert, N. I. 1999. Las plantas comestibles en un sector de las Yungas meridionales (Argentina). *Anales Jardín Bot. Madrid* 57: 117-138.
- Hilgert, N. I. 2001. Plants used in home medicine in the Zenta river basin, Northwest Argentina. *J. Ethnopharm.* 76: 11-34.

- Hinojosa, I. 2000. Plantas útiles de la Reserva de la Biosfera Estación Biológica del Beni, Bolivia: Investigación Etnobotánica con las Comunidades Chimane y Mestizo-Campesinas, en O. Herrera-MacBryde, F. Dallmeir, B. MacBryde, J. A. Comiskey & C. Miranda (eds.), *Biodiversidad, conservación y Manejo en la Región de la Reserva de la Biosfera Estación Biológica del Beni, Bolivia*, pp 345-364. Bolivia.
- INCUPU. 1998. *Valores Nutricionales de las Plantas Alimenticias Silvestres del Norte Argentino*. Reconquista. Santa Fe, Argentina.
- Ladio, A. H. 2001. The maintenance of wild edible plant gathering in a Mapuche community of Patagonia. *Econ. Bot.* 55: 243-254.
- Ladio, A. H. & E. Rapoport. 1999. El uso de plantas silvestres comestibles en una población suburbana del noroeste de la Patagonia. *Parodiana* 11: 49-62.
- Ladio, A. H. & M. Lozada. 2000. Edible wild plant use in a Mapuche community of northwestern Patagonia. *Human Ecol.* 28: 53-71.
- Ladio, A. H. & M. Lozada. 2003. Comparison of wild edible plant diversity and foraging strategies in two aboriginal communities of northwestern Patagonia. *Biodiver. Conserv.* 12: 937-951.
- Ladio, A. H. & M. Lozada. 2004. Patterns of use and knowledge of wild edible plants in distinct ecological environments: a case study of a Mapuche community from northwestern Patagonia. *Biodiver. Conserv.* 13: 1153-1173.
- Lasso, R. H. & L. J. Herrera. 1982. *Estimación de la evapotranspiración potencial y balance hídrico de la provincia de La Rioja*. Instituto de Investigaciones de la Realidad Riojana. Departamento de Investigaciones. Universidad Provincial de La Rioja. La Rioja, Argentina.
- Maranta, A. A. 1987. Los recursos vegetales alimenticios de la etnia Mataco del Chaco centro occidental. *Parodiana* 5: 161-237.
- Martínez, G. 2002. Conocimiento de la flora de interés etnobotánico entre estudiantes del Valle de Paravachasca, Córdoba (Argentina). *Parodiana* 12: 35-62.
- Martínez-Crovetto, R. 1964. Estudios etnobotánicos. I. Nombres de plantas y su utilidad, según los indios tobas del este del Chaco. *Bonplandia* 1: 279-333.
- Martínez-Crovetto, R. 1965. Estudios etnobotánicos. II. Nombres de plantas y su utilidad, según los indios vilelas del Chaco. *Bonplandia* 2: 1-28.
- Mazzufer, V., P. Ingaramo & J. Josean. 1994. Tratamiento del calor por el secado de Frutos y el Control de Insectos en *Prosopis chilensis*. *Agriciencia* 9: 49-53.
- Meyer, T. 1938. Árboles indígenas de frutos comestibles del noreste argentino. *Lilloa* 3: 233-242.
- Molinillo, M. 1988. *Aportes a la Ecología Antropológica de las Cumbres Calchaquies de la Provincia de Tucumán*. Uso de los Recursos Naturales en el Valle de Lara. Tesis de Licenciatura en Ciencias Biológicas. U.N.T. Facultad de Ciencias Naturales e Instituto Miguel Lillo.
- Morales R. R., E. L. Oriente, A. Romero, D. J. Recalde, L. J. Blanco, C. R. Vera, G. Tello, F. N. Biurrun, V. R. Rosati, E. A. Pagliari & J. Vera. 1999. *Unidades de relieve y actividades productivas actuales y potenciales en la provincia de La Rioja*. INTA, Estación Experimental Agropecuaria La Rioja Ing. Agr. J. C. Vera y Universidad Nacional de La Rioja, sede Chemical.
- Morello J., J. Protomastro, L. Sancholuz & C. Blanco. 1985. Estudio macroecológico de los Llanos de La Rioja. Serie del Cincuentenario de la Administración de Parques Nacionales 5: 1-81.
- Núñez, C. & J. J. Cantero. 2000. *Las plantas medicinales del sur de la provincia de Córdoba*. Editorial de la Fundación Universidad Nacional de Río Cuarto. Argentina.
- Plotkin, M. 1996. *Aprendiz de Chamán*. Emecé. Buenos Aires, Argentina.
- Rapoport, E. H., A. Ladio & E. Saez. 1999. Plantas nativas comestibles de la Patagonia andina argentino-chilena. Parte 1. Programa de extensión universitaria, Universidad Nacional del Comahue y National Geographic Society.
- Rapoport, E. H., L. Margutti & E. Saez. 1997. Plantas silvestres comestibles de la Patagonia andina. Parte I. Programa de extensión universitaria, Universidad Nacional del Comahue.
- Río, M. E. & L. Achaval. 1904. *Geografía de la Provincia de Córdoba*. Compañía Sud-Americana de Billetes de Banco. Buenos Aires, Argentina.
- Roig, F. A. 2001. *Flora Medicinal Mendocina. Las plantas medicinales y aromáticas de la Provincia de Mendoza (Argentina)*. EDIUNC. Mendoza.
- Scarpa, G. F. & P. Arenas. 1996. Especies y colorantes en la cocina tradicional de la Puna jujeña (Argentina). *Candollea* 51: 483-514.
- Scarpa, G. F. 1999. El arrope en el noroeste Argentino. Ayer una fiesta, hoy un capital, en Garrido Aranda, A. (ed.). *Los sabores de España y América. Cultura y Alimentación*, pp. 93-139. Ediciones La Val de Onsera, España.
- Schulz, A. G. 1963. Plantas y frutos comestibles de la región chaqueña. *Rev. Agronómica Noroeste Argent.* 4: 57-83.
- Silva, M. P. 2001. *Caracterización química del fruto del "algarrobo blanco" (Prosopis chilensis Mol. Stunz) bajo distintos tipos de almacenamiento a lo largo del tiempo*. Tesis de grado. Universidad Nacional de Córdoba, Facultad de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales. Córdoba, Argentina.
- Zuloaga, F. O., E. G. Nicora, Z. E. Rúgolo de Agrasar, O. Morrone, J. Pensiero & A. M. Cialdella. 1994. Catálogo de la Familia Poaceae en la República Argentina. *Monogr. Syst. Bot. Missouri Bot. Gard.* 47: 1-178.
- Zuloaga F. O. & O. Morrone. 1996. *Catálogo de las Plantas Vasculares de la República Argentina. I. Monogr. Syst. Bot. Missouri Bot. Gard.* 60: 1-323.
- Zuloaga F. O. & O. Morrone. 1999. Catálogo de las Plantas Vasculares de la República Argentina. II. *Monogr. Syst. Bot. Missouri Bot. Gard.* 74: 1-1269.

Original recibido el 21 de marzo de 2006;
aceptado el 5 de julio de 2007.

APÉNDICE I

Modelo de entrevista

¿Conoce plantas del monte para comer? ¿Cuáles?
 ¿Qué partes de la planta usan?
 ¿Cómo se la prepara para comer?
 ¿Dónde las consigue, en llano o en la sierra?
 ¿En que época del año las consigue?
 ¿Quiénes de la familia recogen las plantas?
 ¿Quién de la familia prepara el alimento?
 ¿Esta planta es protegida o sembrada en la chacra o cerca de la vivienda?
 ¿Esta planta se puede guardar si hay excedentes?
 ¿Qué tratamientos les dan a las plantas para conservarlas?
 ¿En la actualidad se usa esta planta? ¿Se la usa mucho o poco?

APÉNDICE II

Plantas citadas como alimenticias por los pobladores de poblaciones rurales pedemontanas de la Provincia de La Rioja (Argentina). Se indica familia botánica, nombre local y científico, parte utilizada de la planta, forma de uso, y si se utiliza o no en la actualidad. En algunos casos, se indica también la época de recolección, el modo de preparación y conservación.

Familia: Schyzaceae
Nombre local: doradilla.
Nombre científico: *Anemia tomentosa*
Parte utilizada: hojas.
Forma de uso: infusión (complemento del mate).
Conservación: seco.
Utilización actual: frecuente.

Familia: Amaranthaceae
Nombre local: ataco.
Nombre científico: *Amaranthus standleyanus*
Parte utilizada: brotes o ramas tiernas.
Forma de uso: cocción.
Preparación: se le agrega al locro.
Conservación: no se conserva.
Utilización actual: nula.

Familia: Anacardiaceae
Nombre local: molle.
Nombre científico: *Lithrea molleoides*
Parte utilizada: frutos.
Forma de uso: dilución (aloja), Infusión (complemento del mate), dilución y fermentación (licor).
Época de recolección: diciembre-enero.
Modo de recolección: se cortan ramas cargadas de frutos y se los desprende golpeándolas con varas, sobre una lona.
Utilización actual: frecuente.
Observaciones: la aloja se guarda poco tiempo por que se fermenta y su uso como bebida alcohólica no es común en la zona.

Familia: Apocynaceae
Nombre local: ancocho, yuyo anco.
Nombre científico: *Vallesia glabra*
Parte utilizada: frutos.
Forma de uso: fresco y cocción (arrope).
Preparación: para hacer el arrope no requiere agregado de agua.
Conservación: en botellas.
Época de recolección: invierno y verano.
Modo de recolección: se los desprende golpeando la planta con varas y se los recoge sobre una lona.
Utilización actual: esporádica.

Familia: Apocynaceae
Nombre local: quebracho blanco.
Nombre científico: *Aspidosperma quebracho-blanco*
Parte utilizada: brotes.
Forma de uso: dilución en agua. Se lo utiliza para disminuir la sed durante las jornadas de trabajo pesado.
Utilización actual: nula.

Familia: Asclepiadaceae
Nombre local: doquial.
Nombre científico: *Morrenia odorata*
Parte utilizada: frutos (doca) y flores.
Forma de uso: fresco (cuando el fruto está maduro) y asado al rescoldo (cuando está verde).
Época de recolección: verano-otoño.
Utilización actual: esporádica.
Conservación: no se conserva y, en general, tampoco se suele llevar al hogar sino que se consume in situ.
Observaciones: en un caso se citó la elaboración de dulce a partir de los frutos.

Familia: Asteraceae
Nombre local: carqueja.
Nombre científico: *Baccharis crispa*
Parte utilizada: ramas.
Forma de uso: infusión (como complemento del mate).
Conservación: seco.
Utilización actual: esporádica.

Familia: Asteraceae
Nombre local: palo azul.
Nombre científico: *Cyclolepis genistoides*
Parte utilizada: ramas.
Forma de uso: infusión (complemento del mate).
Conservación: seco.
Utilización actual: esporádica.

Familia: Asteraceae
Nombre local: limoncillo.
Nombre científico: *Pectis odorata*
Parte utilizada: ramas.
Forma de uso: infusión (complemento del mate).
Conservación: seco.
Utilización actual: frecuente.

Familia: Asteraceae
Nombre local: suico.
Nombre científico: *Tagetes minuta*
Parte utilizada: hojas.
Forma de uso: infusión (complemento del mate).
Utilización actual: esporádica.

Familia: Brassicaceae
Nombre local: berro.
Nombre científico: *Rorippa nasturtium-aquaticum*
Parte utilizada: ramas.
Forma de uso: fresco (ensalada).
Época de recolección: todo el año.
Conservación: no se conserva.
Utilización actual: esporádica.

Familia: Cactaceae
Nombre local: cardoncito.
Nombre científico: *Cereus aethiops*
Parte utilizada: frutos (chulpa).
Forma de uso: fresco, cocción (arrobe).
Conservación: en botellas.
Utilización actual: esporádica.
Observaciones: esta especie es poco frecuente, por lo que sus frutos se suelen sumar a los de otras cactáceas para la elaboración del arrope.

Familia: Cactaceae
Nombre local: ucle.
Nombre científico: *Cereus forbesii*
Parte utilizada: frutos (chulpa).
Forma de uso: fresco, cocción (arrobe).
Conservación: en botellas (arrobe).
Época de recolección: verano.
Utilización actual: esporádica.

Familia: Cactaceae
Nombre local: uclecito.
Nombre científico: *Echinopsis leucantha*
Parte utilizada: tallos.
Forma de uso: cocción (trozos de la parte interna denominada “cascos”, que se adicionan al arrope).
Época de recolección: todo el año.
Utilización actual: esporádica.
Conservación: aunque el arrope se conserva, los cascós suelen ser consumidos aparte y no se conservan.

Familia: Cactaceae
Nombre local: ucle redondo, asiento de suegra.
Nombre científico: *Gymnocalycium* cfr. *saglionis*
Parte utilizada: tallos.
Forma de uso: cocción (cascos en arrope).
Utilización actual: esporádica.
Conservación: no se conserva.

Familia: Cactaceae
Nombre local: penca, penca chica.
Nombre científico: *Opuntia sulphurea*
Parte utilizada: frutos (quiscaludo).
Forma de uso: cocción (arrobe).
Conservación: en botellas.
Utilización actual: nula.

Familia: Cactaceae
Nombre local: cardón.
Nombre científico: *Stetsonia coryne*
Parte utilizada: frutos (chulpa).
Forma de uso: cocción (arrobe).
Conservación: botellas.
Utilización actual: esporádica.

Familia: Celtidaceae
Nombre local: tala.
Nombre científico: *Celtis tala*
Parte utilizada: frutos.
Forma de uso: cocido (arrobe) y fresco (fruta de tala).
Conservación: en botellas.
Época de recolección: noviembre-diciembre.
Utilización actual: nula.

Familia: Celtidaceae
Nombre local: tala pispá.
Nombre científico: *Celtis pallida*
Parte utilizada: frutos.
Forma de uso: fresco y cocción (arroke).
Conservación: en botellas.
Utilización actual: nula.

Familia: Chenopodiaceae
Nombre local: paico.
Nombre científico: *Chenopodium ambrosioides*
Parte utilizada: hojas.
Forma de uso: infusión.
Utilización actual: esporádica.

Familia: Fabaceae
Nombre local: tusca.
Nombre científico: *Acacia caven*
Parte utilizada: frutos (algarroba).
Forma de uso: infusión (café).
Preparación: frutos tostados y molidos.
Conservación: secos en frascos herméticos.
Época de recolección: verano - otoño.
Utilización actual: nula.

Familia: Fabaceae
Nombre local: chañar.
Nombre científico: *Geoffroea decorticans*
Parte utilizada: frutos.
Forma de uso: fresco y cocción (arroke).
Conservación: en botellas y secos.
Época de recolección: verano.
Utilización actual: esporádica.

Familia: Fabaceae
Nombre local: árbol blanco.
Nombre científico: *Prosopis chilensis*
Parte utilizada: frutos (algarroba).
Forma de uso: fresco, dilución (aloja), seco y molido (patay), fermento (licor) y cocción (arroke).
Conservación: la algarroba se almacena seca en estructuras denominadas pirluas o trojas. Otro modo de conservación seco es en forma de harina. La aloja se conserva en la heladera. El arroke en botellas.
Época de recolección: enero - marzo.
Utilización actual: frecuente como aloja, nula como patay, licor y arroke.

Familia: Fabaceae
Nombre local: árbol, árbol negro.
Nombre científico: *Prosopis flexuosa*
Parte utilizada: frutos (algarroba).
Forma de uso: fresco, dilución (añapa), seco y molido (patay), fermento (licor) y cocción (arroke).
Conservación: la algarroba se almacena seca en estructuras denominadas pirluas o trojas. Otro modo de conservación seco es en forma de harina. La añapa se conserva en heladera. El arroke en botellas.
Época de recolección: enero - marzo.
Utilización actual: frecuente como añapa, nula como patay, licor y arroke.

Familia: Fabaceae
Nombre local: árbol panta.
Nombre científico: *Prosopis sp.*
Parte utilizada: frutos (algarroba).
Forma de uso: fresco, dilución (aloja o añapa), seco y molido (patay), fermento (licor) y cocción (arroke).

Conservación: la algarroba se almacena seca en estructuras denominadas pirguas o trojas. Otro modo de conservación seco es en forma de harina. La aloja se conserva en heladera. El arrope en botellas.

Época de recolección: enero-marzo.

Utilización actual: frecuente como aloja, nula como patay, licor y arrope.

Familia: Lamiaceae

Nombre local: peperina.

Nombre científico: *Minthostachys mollis*

Parte utilizada: ramas.

Forma de uso: infusión (complemento del mate).

Conservación: seco.

Utilización actual: frecuente.

Familia: Olacaceae

Nombre local: patial.

Nombre científico: *Ximenia americana*

Parte utilizada: frutos (pata, albarillo del campo).

Forma de uso: fresco. Otra forma de preparación que fue mencionada es en almíbar, pero en la zona nadie lo usa.

Época de recolección: noviembre-diciembre.

Utilización actual: esporádica.

Conservación: no se conserva, por que dura poco tiempo.

Familia: Portulacaceae

Nombre local: verdolaga.

Nombre científico: *Portulaca oleracea*

Parte utilizada: brotes y ramas tiernas.

Forma de uso: fresco (en ensalada) y cocción (se le agrega al loco).

Conservación: no se conserva.

Época de recolección: verano.

Utilización actual: nula.

Familia: Rhamnaceae

Nombre local: mistol

Nombre científico: *Ziziphus mistol*

Parte utilizada: frutos.

Forma de uso: fresco (fruta del mistol, bollos), con leche y cocción (arrope).

Preparación: se hierve con leche (mistol con leche), se muelen los frutos y se les da forma de esferas (bollos).

Conservación: seco en estructuras denominadas pirguas o trojas y en botellas (arrope). Los bollos fueron citados como otro modo de conservarlo.

Época de recolección: diciembre a marzo, verano.

Utilización actual: fresco es frecuente.

Familia: Rhamnaceae

Nombre local: piquillín.

Nombre científico: *Condalia microphylla*

Parte utilizada: frutos.

Forma de uso: fresco y cocción.

Conservación: botellas.

Utilización actual: esporádica en fresco, nula como arrope.

Familia: Solanaceae

Nombre local: ají, ají del campo.

Nombre científico: *Capsicum chacoense*

Parte utilizada: frutos.

Forma de uso: seco y molido (condimento).

Conservación: seco en frascos.

Época de recolección: diciembre a junio.

Utilización actual: frecuente.

Familia: Solanaceae
Nombre local: meloncillo.
Nombre científico: *Physalis viscosa*
Parte utilizada: frutos.
Forma de uso: fresco.
Utilización actual: esporádica.
Observaciones: no se conserva.

Familia: Verbenaceae
Nombre local: cedrón.
Nombre científico: *Aloysia citriodora*
Parte utilizada: hojas.
Forma de uso: infusión (complemento del mate).
Conservación: seco.
Utilización actual: frecuente.

Familia: Verbenaceae
Nombre local: palo amarillo.
Nombre científico: *Aloysia gratissima*
Parte utilizada: ramas.
Forma de uso: en infusión (complemento del mate y té).
Conservación: seco.
Utilización actual: frecuente.

Familia: Verbenaceae
Nombre local: té de burro, poleo blanco, poleo de burro.
Nombre científico: *Aloysia polystachya*
Parte utilizada: ramas.
Forma de uso: en infusión (complemento del mate y té).
Conservación: seco.
Utilización actual: frecuente.

Familia: Verbenaceae
Nombre local: incayuyo, manzanilla.
Nombre científico: *Lippia integrifolia*
Parte utilizada: ramas.
Forma de uso: infusión.
Conservación: seco.
Utilización actual: frecuente.

Familia: Verbenaceae
Nombre local: poleo.
Nombre científico: *Lippia turbinata*
Parte utilizada: ramas.
Forma de uso: en infusión (complemento del mate).
Preparación: se agrega al mate o a la pava.
Conservación: seco.
Utilización actual: frecuente.

Familia: Bromeliaceae
Nombre local: chaguar chiquito.
Nombre científico: *Bromelia urbaniana*
Parte utilizada: frutos.
Utilización actual: nula.
